

Geleitete Gesprächsgruppen für Betroffene – eine Oase der Kraft

Martina Hoffmann, Yvonne Lötscher, Sabrina Hall



Wir gratulieren FRAGILE Aargau/Solothurn Ost herzlich zum 20-jährigen Jubiläum! Der Verein ist in dieser Zeit zu einer beeindruckenden Organisation herangewachsen, welche in unserer täglichen Arbeit mit von einer Hirnverletzung oder -erkrankung Betroffenen nicht mehr wegzudenken ist. Die zahlreichen Beratungs- und Unterstützungsangebote, aber auch die vielen Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung und dem gemeinsamen Unterwegssein erleben wir als unendlich wertvoll. So übermitteln wir der Jubilarin mit diesen Zeilen nicht nur unsere Glückwünsche, sondern auch unseren grossen Dank. Dieser gebührt auch all jenen, die dazu beigetragen haben, die Vereinigung wachsen und gedeihen zu lassen.

Im Rahmen dieser Jubiläumsschrift geben wir gerne einen tieferen Einblick in die geleiteten Gesprächsgruppen für Betroffene von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost: Bei Menschen mit einer körperlichen Behinderung ist das Handicap oftmals sichtbar. So ist beispielsweise eine Treppe im Rollstuhl kaum zu überwinden, wenn keine Rampe vorhanden ist. Dass Menschen mit einer Hirnverletzung in vielen Bereichen des Lebens ebenso gefordert sind, ist oft nicht leicht zu erkennen. Die Behinderungen sind vielfältig und so unterschiedlich, dass sie für Aussenstehende, und nicht selten auch für Betroffene selbst, nicht immer unmittelbar verständlich sind. Wie soll man nachvollziehen, dass eine Betroffene in einem Gespräch zu zweit problemlos reden und zuhören kann, bei einer grösseren Familienfeier aber plötzlich überfordert ist? Weshalb gelingt das vormittägliche Einkaufen im Quartierladen, während ein Samstagseinkauf beim Grosshändler nicht machbar ist? Während in einer Therapie das Verständnis für die jeweiligen Einschränkungen aufgebaut und mit der Zeit Sicherheit gewonnen werden kann, ist es für viele Betroffene hilfreich zu erleben, dass sie mit ihrer Einschränkung nicht alleine sind. Hier kommen unter anderem die Gesprächsgruppen von FRAGILE zum Zuge, in welchen sich Betroffene unter fachlicher Leitung austauschen können und sich verstanden wissen. So erleben wir über die vielen Jahre, in denen wir unterschiedliche FRAGILE-Gruppen begleiten, dass diese Treffpunkte als eine Oase empfunden werden. Es ist der Ort, in welcher die Welt nach den Regeln und Vorstellungen der Betroffenen funktioniert und für einmal nicht die sogenannten «Gesunden» den Takt vorgeben. So wird während den Sitzungen die Welt der Betroffenen zur «Normalität», in der – glauben Sie uns – nicht selten auch Fröhlichkeit und Schalk überhandnehmen. Es sind Begegnungen, in denen Verständnis, Zuspruch und Kraft getankt werden können, wo Erfahrungen und Erlebnisse geteilt, aber auch einfach die Geselligkeit genossen wird. Kein Wunder also, dass viele Betroffene über lange Zeit mit ihrer Gruppe verbunden bleiben und dass Freundschaften entstehen, die über diese Treffen hinaus reichen.

Besonders freut es uns, dass im Verlauf der Jahre das Gruppenangebot ausgebaut werden konnte. So ist es möglich, den persönlichen Interessen und Bedürfnissen der Gruppenmitglieder Rechnung zu tragen und auch thematische Schwerpunkte zu setzen. Treten neue Betroffene bei, kann man zudem bezüglich der Zusammensetzung der Gruppe entsprechend Rücksicht auf sie nehmen. Während die eine Gruppe das Bedürfnis nach Wissensaustausch hat, steht in einer anderen der gesellige Austausch

im Vordergrund. Möglich sind auch altersabhängige, unterschiedliche Themenschwerpunkte, wie zum Beispiel die Herausforderungen bei der beruflichen Tätigkeit oder in der Familie.

Dass es für Neulinge manchmal etwas Mut braucht, sich einer Gruppe anzuschliessen, ist gut verständlich. Die Vorstellung, dass vor allem gejammert und geklagt wird, kann ein Hindernis sein. Oftmals erleben wir aber, dass etwaige Vorbehalte bereits nach einer Schnupperstunde beseitigt sind und die anfängliche Skepsis einem Gefühl der Zugehörigkeit und des Verstandenwerdens weicht.

Letztlich möchten wir nicht unerwähnt lassen, dass die Zusammenkünfte auch für uns Gruppenleiterinnen sowohl auf menschlicher wie auf beruflicher Ebene sehr wertvoll und bereichernd sind. Wir bringen zwar aufgrund unserer therapeutischen und beratenden Arbeit mit Betroffenen vielfältige Erfahrungen mit, haben aber den Eindruck, dass wir erst durch die Leitung der Gruppen ein tieferes Verständnis für ein Leben mit Hirnverletzung und -erkrankung gewonnen haben. Dank ehrlichen und offenen Gesprächen unter den Betroffenen erhalten wir einen Einblick in eine andere Welt, was uns dem eigenen Leben mit mehr Gelassenheit, Dankbarkeit und auch Demut begegnen lässt. Wir sind immer wieder tief beeindruckt zu sehen, wie Betroffene ihr Leben trotz Handicaps meistern und sind dankbar, dass sie uns Leiterinnen an ihrer so grundlegend veränderten Welt teilhaben lassen.

Dr. phil. Martina Hoffmann, lic. phil. Yvonne Lötscher,
MSc Sabrina Hall, Neuropsychologinnen, Neurothek Olten



